

**Renate Freisler, Katrin Greßer, Leadership-Kompetenz Selbstregulation. Im komplexen und agilen Umfeld als Führungskraft selbstwirksam handeln und Vorbild sein. Verlag managerSeminare GmbH 1. Auflage 2018**

**ISBN: 978-3-95891-035-5**

Vor allem für Einsteiger ins Thema wird sich das Studium dieses Buches lohnen. Oder für solche, die erfahren haben, dass lediglich mit der Anwendung von Methoden eine Führungskraft schnell an ihre Grenzen gerät. Hier taucht man tief in die Neurowissenschaften ein und erfährt Wesentliches über die Funktion menschlichen Handelns und Verhaltens. Auf diese Weise gelingt es über die reichlich angebotenen Übungen, seine Selbstreflektion zu trainieren und Veränderungen zu initiieren. Damit das auch regelmäßig geschehen kann, gibt es ein umfangreiches Online-Material (60 Seiten), das vor allem Formulare und Übungen anbietet. Darüber hinaus finden sich im Online-Handout auch Geschichten, Gedichte und Anleitungen. Ich hätte zumindest die Geschichten (Watzlawick und Chaplin) lieber im Buch gelesen, da ich nicht immer einen Computer/ Tablet zur Hand habe, wenn ich mich mit einem Buch befasse – aber man kann sich das ja auch ausdrucken, was ja mindestens bei den Reflexionsübungen und Analysehilfen sowieso Sinn macht.

Auch wenn das Buch vom Umfang her recht schlank anmutet (175 Seiten), wird man so schnell nicht damit fertig werden. Es einfach nur durchzulesen ist nicht sinnvoll. Um wirklich davon zu profitieren, was die beiden erfahrenen Autorinnen vorbereitet haben, müssen die Impulse, Tipps und Übungen regelrecht beackert werden.

Dann hat man sich intensiv mit den Themen

- regulieren statt kontrollieren
- Selbstmanagement und -führung
- Selbstwirksamkeit
- Selbstbestimmung
- Persönlichkeit stärken
- Selbstmanagement
- Übung macht den Meister

auseinandergesetzt. Der Aufbau des Buches gefällt mir ausgesprochen. Gleich zu Beginn wird deutlich gemacht, dass Leadership zu erlangen nicht übers Knie gebrochen werden kann. Dass es nicht darum geht, eine Fertigkeit im eigentlichen Wortsinn zu erlangen. Vielmehr handelt es sich dabei um einen Prozess, der niemals endet. Es wird Mut gemacht, sich diesem ständigen Reflexionsprozess zu stellen, weil nur so Lebendigkeit abgebildet werden kann. Um diesen Mut aufbringen zu können, werden vielfältige Anregungen und Übungen gegeben. Teilweise können über externe Links (Online-Material) weiterführende Tests renommierter Institute gemacht werden.

Manche der angebotenen Übungen werden ihr volles Potential vermutlich dann entfalten, wenn sie mit einem Partner/ Coach bearbeitet werden.

Im abschließenden Serviceteil des Buches findet sich ein ausführliches Literaturverzeichnis, in dem sowohl auf aktuelle Titel als auch auf Standardliteratur hingewiesen wird. Auch Internetadressen sind aufgelistet. Das umfangreiche Stichwortverzeichnis erleichtert die Orientierung, wenn das Buch als Nachschlagewerk fungieren soll.